

浦安市総合体育館・屋内水泳プール

To Be Network 情報

令和元年5月

浦安市総合体育館スポーツプログラム

◎5月1日(水・祝)募集開始コース

《Eメールまたは往復はがきにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆キッズダンスコース

日時 5月30日～7月18日 毎週木曜日
17:20～18:20 全8回

対象 小学生 20人

※初めて参加される市内在住、在学の方が優先

内容 ダンスの基礎を楽しく学ぶ

費用 1,100円(全8回分)



《申込方法》Eメールまたは往復ハガキにて申込 5月10日(金)必着

『コース名・氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話番号』

往復ハガキの場合は返信用に『ご本人の宛名』をご記入の上、お申込みください。

〔メール申込〕 urayasutaiso@jcom.zaq.ne.jp

〔ハガキ申込〕 〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市総合体育館コース担当宛

◎5月4日(土・祝)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆弓道コース(春期)

日時 6月8日～7月27日 毎週土曜日
16:00～18:00 全8回

対象 16歳以上の初心者 先着15人

※初めて参加される市内在住、在勤、在学の方が優先

内容 弓道の基本

費用 2,700円(全8回分)



◎5月15日(水)募集開始コース

《Eメールにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆ナイトヨガ

日時 6月13日～8月1日 毎週木曜日
19:20～20:30 全8回

対象 16歳以上の方 30人

※初めて参加される市内在住・在学・在勤の方が優先

内容 ヨガの基礎と応用

費用 6,400円(全8回分)



《申込方法》Eメールにて申込 5月25日(土)必着

『コース名・氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話番号』をご記入の上、下記メールアドレスへお申込みください。

〔メール申込〕 urayasutaiso@jcom.zaq.ne.jp

アーチェリー場スポーツプログラム

◎5月7日(火)募集開始コース 《午前9時から電話または体育館窓口にて受付》

☆アーチェリーコース・春

日時 6月1日～6月29日 毎週土曜日
10:00～12:00 全5回

対象 中学生以上の初心者 先着16人

※初めて参加される市内在住、在勤、在学の方が優先

内容 アーチェリーの基本

費用 2,000円(全5回分)



屋内水泳プールスポーツプログラム

◎5月1日(水・祝)募集開始コース

《往復ハガキにて申込・応募多数の場合は抽選・1人1通》

☆サタデースイミングコース 1A・B

日程 6月1日～7月13日(6月15日、22日を除く)

毎週土曜日 全5回

A→9:40～11:00

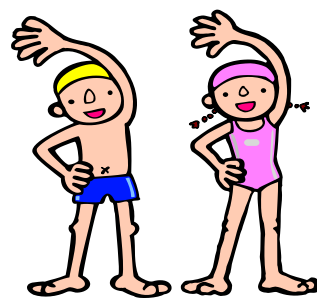
B→13:40～15:00

対象 小・中学生(A・B各60人)

※初めて参加される市内在住・在学の方が優先

内容 水慣れ～クロール25mを目標

費用 A・B各1,500円(全5回分)



《申込方法》往復ハガキにて申込 5月8日(水)必着

往診用『コース名(A or B)・氏名(ふりがな)・性別・年齢・学年・住所・電話番号』
返信用『ご本人の宛名』をご記入の上、お申込みください。

※申込多数の場合は抽選となります。1人1通。

※締め切り後、定員に満たない場合は電話で随時受付。

申込：〒279-0031 浦安市舞浜2番地27 浦安市屋内水泳プール

◎5月1日(水・祝)募集開始コース

《午前9時から電話またはプール窓口にて申込・応募多数は抽選》

☆ジュニア競泳スクール

日時 5月24日～7月12日 毎週金曜日

17:30～19:00 全8回

対象 クロールで50m以上泳げる小中学生 30人

内容 競技4種目の競技力向上

費用 4,000円(全8回分)



◎5月6日(月・休)募集開始コース《午前9時から電話またはプール窓口にて受付》

☆シュノーケリングコース

- 日時 5月21日～6月11日 毎週火曜日
19:00～20:30 全4回
対象 小学生以上の健康な方 先着30人
※小中学生は保護者と一緒にご参加ください
内容 シュノーケル技術の習得
費用 16歳以上2,400円(全4回分)
※小中学生は1,400円となります。



☆アクアエアロビクスコース

- 日時 5月22日、29日、6月12日、26日、7月10日
水曜日 10:00～10:40 全5回
対象 16歳以上の健康な方 先着30人
内容 習慣的な水中運動の実施・運動不足解消など
費用 3,000円(全5回分)



☆レベルアップスイミングスクール

- 日時 5月22日、29日、6月12日、26日、7月10日
水曜日 9:30～10:30 全5回
対象 クロールで25m以上泳げる16歳以上の方 先着20人
内容 競技種目の習得
費用 3,000円(全5回分)

☆マタニティスイミングコース

- 日時 5月23日～7月11日、
9月12日～10月31日 期間中の毎週木曜日
10:15～12:45 全16回
対象 妊娠16～40週で健康な方 各回先着10人
※主治医の診断が必要となります。
指定書式は屋内水泳プールで配布、または屋内水泳プールHP
<http://www.urayasu-kousha.or.jp/taiiku/pool/>から
ダウンロードしてください。詳しくはお問合せください。
内容 ストレッチ体操、水中エクササイズなど
費用 1回2,000円



浦安市陸上競技場スポーツプログラム

◎5月4日(土・祝)募集開始《午前9時からメールにて先着順で受付》

☆朝活ラン&ストレッチ

日時 5月25日 土曜日
8:00~9:30
対象 16歳以上の方 先着20人
内容 ストレッチ、ジョギング
費用 500円



《申込方法》Eメールにて先着で申込

『事業名・氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話番号』をご記入の上、
下記Eメールアドレスまでお申込みください。

〔Eメール申込〕 u.taiikukan@jcom.zaq.ne.jp

総合体育館	047-355-1110
屋内水泳プール	047-304-0030
陸上競技場	047-350-9830